THE RECOVERY KERNEL

[illegible]

[illegible]

[illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible]

[illegible] · [illegible] [illegible] · [illegible] [illegible] (Band [illegible]) · [illegible] [illegible] [illegible] „passive [illegible] · [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible]

[illegible] [illegible] [illegible]
[illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible]
[illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible]

[illegible] 1 - [illegible] [illegible] [illegible] [illegible]

"[illegible]" - [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible]

[illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] verändert. [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible]

1.1 - □□□□ □□□□□□ □□□ □□□□

□□□ □□□□ □□□ - □□□ □□□□□□ □□ □□□ □□ □□ - □□□□□□ □□□□□ □□□ □□□□□□□ □□□□□ (variable ratio reinforcement) □□□□□□ □□□□ □□ □□□ □□□□ □□□□□□ □□□□□ □□□ □□□ □□□□ □□ □□□□ □ addictive □□□□□□ □□□ □□□ □□ □□□□□ □□□□□ □□□□□ □□□□□ addictive □□□□□□

□□□□□ □□□	□□□□□ □□□ □□□	□□□ □□□□ □□□ □□□□□ □□□ □□□ □□□□ □□□□□ □□?
□□□	□□□□ □□□ □variable ratio □□□□□□ □□□□□ - □□□□□ □□ □3□□ □□□□ □□ □□ □□□ □300□□□ "Near-miss" (□□□ □□□□□ □□□ □□□ □□) □□ rewarding circuit □ □□□□ □□□□ □□□□□ □□□ □□□□ □ □□□ □□□ □□□□ □□□□□ □□□ □□□□□□ □□□□□□ □□□□ □□□ □□□□ □□□□□ □□□□□ □□□□□□ □□□□□□	□□□ □□□ □□□ □□□ □□□□ □□□ □□□ □□□□ □□ □□□ □□ □□□□□□ □□□□□□ □□□□□ □□□ □□□ □□□ □□□□□ □□ □□□ □□□□□ □□ "□□□□□" □□□□□ □□□□□□□□□ □□ □□□□ □□□□□□ □□□□□□ (□□□) □□□ □□□ □□□□ □□□□□ □□□ □□□ □□□□□ □□ □□□ □□□□□□ □□□□□□ □□□ □□□ □□□□□□
□□□□□	□□□ □□□□ □□□□□□ □□□ □□□□□ □□□□ □□□□□□□ □□□□—□□□□ □□ □□□□□ □□□□□ □□□□ □□□□ □□□□ □□□□ □□□ □□□□□ □□□□ □□□□□ □□□□ □□□ □□□□ □□□□□□ □□□□□□ □□□□□ □□□□ □□ □□□□□□ □□ □□□□□ □□□□□ □□□□□ □□□□□ □□□□□ □□□□ □□□□□ □□□□ (□□□ □□□□□ □□□□ □□□□□□ □□□□ □□□□) □□□□□ □□□□□ □□□□ □□□□ □□□ □□□□□ □□□□ □□□□□ □□□□□	□□□□□□□□ □□ "□□ □□□□ □□□□ □□□" □□□□□ □□□□□ □□□ □□□□□□□ □□□□□□ □□□□ □□□□ □□□□□□ □□□□ □□□ □□□ □□□ □□□□ □□□□□ □□ rewarding □□□ □□□□□ □□□ □□□□ □□□□ □□□ □□ □□□□ □□□□□□□
□□□□□/ streaming	□□□□□□□ □□□ □□جم□ □□□□ □□□ "□□□□ □□□□" □□□□ □□□□□□ □□□□□ □□□□□ □□ □□□□□ □□□□ □□□ □□□□ □□□ □□□□□ □□□□ □□ □□ □□□□□□□ □□□ □□□ □□□ □□□□□ □□□□□ □□ □□□□□□ □□□□ □□□□□ □□□ □□□□□□ □□□□□ □□□□□□□	□□□□ □□ □□□ □□□□ □□□ □□□□□□ □□ □□ □□□□□□□ □□□□ □□□ □□□□ □□□□□□ □□□ □variable ratio □□□□□□ □□□ □□□ □□□ □□□ □□□□□□ □□□□□ □□□ □□□□ □□□□□□□ □□□□□□□ □□ □□□□□□ □□□□□ □□□□□ □□□ □□□□□ □□□ □□□ □□□ □□□□□ □□□□□

□□□□□□□□
* □□□□ □□□□ □□□□□□□ □□□ □□□ □□□□□□ □□□□ □□□□ □□□□□ □□□ □□□□□ □□□□□□ □□□ □□□□□□
* "autoplay" □□□□ 30 □□□□ □□□□□□ □□□□ □□□□□ □□□ □□□□□□□ □□□ □□ □□□□□□ □□□ □□□

	[illegible] * Netflix [illegible] "autoplay" [illegible] "autoplay" [illegible]	

1.2 - [illegible]

[illegible] (stimulation) [illegible]

[illegible]чний [illegible]	[illegible]	[illegible]
DRD2 A1 [illegible] ([illegible] rewarding [illegible]).	40% [illegible] D2 [illegible] DRD2 A1 [illegible]—[illegible]	DRD2 A1 [illegible] ShoppingCart [illegible] rewarding [illegible] (reward deficiency) [illegible].
COMT Val158Met Val/Val ([illegible])	[illegible] "[illegible]" [illegible]	[illegible] ([illegible]) [illegible] ([illegible]) [illegible]
MTHFR C677T [illegible]	[illegible]BH4 [illegible] MTHFR [illegible]	[illegible] MTHFR-[illegible] 5-MTHF [illegible]

□ □□□ □□ □□□□ □□□ □□□□□□

□□□□□□ □□ □□□ □□□□ □□□ □□□ □□□□

□□□□ - □□□ □□□□ □□□□□□□□ □□□□□ □□□ □□□ □□□□ □□□ □□□□ □□□ □□□□ □□□□ □□□□□□ □□□□ □□ □□ □□ □□□□□□□

□□□□ □□□□ □□□□ □□□□□ □□□□□□ □□ □□□ □□□□ □□□□□ □□□□□□ □□□□ □□□ □□□ □□□□□ □□□ □□□ □□□□ □□□ □□□□ □□□□ □□ □□□□□□□ □□□□ □□□□ □□□ □□□ □□ майже □□□ □□□ □□□□□ □□□□□ □□□□□ □□ □□□□□□ □□□□□ □□□□□ □□□□□□ □□□□□□□ □□□ (prefrontal cortex) □□□ □□ □□□□ □□□□ □□□□ □□□□□□□

2.1 - □□ □□□□□

□□□□ □□□□□□	□□□ □□ □□□□□?	□□□ □□ □□□ □□□□ □□□?
□□□□ □□□ □□□□	□ □□□ □□□□ □□□ □□□□ □□□□□ □□□□□ □□□ □□□□ □□ □□□□□ □□ rewarding circuit □□□□ □□□□□ □□□□ □□□ "تقريبا" □□□□□□ □□□ □□□ □□□ □□□ □□□□□□□ - □□□ □□ □□□ □□□□ □□□□□□□ □□□□ □□□ □□ □□□□ □□□□ □□□□documented □□□□□ □□ □□□ □□□□□ distorted □□□	□□□□ □□□□□□ □□ □□□□□ □□□ □□□□□□ □□□□ □□ □□□□ □□□□ □□□□□ □□getRandom □□□□ □□□ □□□□ □□□ □□□□□□ □□□ □□□□□ □□□□□ □□□ □□□□ □□□□□□□ □□□□ □□□□ □□□□□ □□□□□ □□□ □□□□□□ □□□□□□ □□□ □□ □□□□□□□□ □□□ □□□ □□□□ □□□ □□□□ (RNG) □□□ □□□□ □□□□ □□□□□ □□□ □□ □□□ □□ □□□□□ □□□□□□
□□□□ □□□□□ □□□ □□□ □□□□ □□□□ □□□□ □□□□ □□□ □□□ □□□□ □□□□□ □□□□□ □□□ □□□□□□ □□□□□□□ □□□ □□□ □□□□□ □□□ □□ □□□ □□ □□ □□□□ □□□ □□□□ □□ □□□ □□□□ □□□□□ □□ □□□ □□ □□□□□ □□□□ □□□ □□□□□ □□□□ □□ □□□□ □□□□□□ □□□□□□□ □□□□□□□ □□□□ □□□□□ □□□□□□ □□ □□□ □□□□ □□□□	□□□□□□ □□□□□□ □□□ □getRandom events (□□□□ □□□) □□□□□□□ □□□□□□ □□ □□□□□□□□ □□□□□□□ "□ □□ □□□ □□ □□□□□□ □□ □□□□□ - □□□ □□□ □□□□□□" "□□ □□ □□□□□□□□ - □□□ □□ □□□□□ □□□□□□" ανεξάρτητες (□□□□□□) □□□□□ □□□ □□□ □□□□□ □□□ □□□□□□□ □□□ □□□□□ □□□□□□□□ □□□□□□ □□ □□□□□□ □□□ □□□□□ □□□ □□□□□ □□□□□□□□	□□□□ □□□□ □□□□□□ (gambler's fallacy) □□□□□□□□ □□□□□□□ □□□□□□□ □□□□ □□□□-□□□□ □□□□ □□□□□□□□ □□□□□□□□ □□□□□ □□ □□□□□ □□□□□□ □□□ □□□ □□□□□ □□□□□□ □□ □□□ □□□ □□□□□ □□□□□ □□□ □□□□□□ □□□□□□□ □□□ □□□□□□ □□□ □□ □□□□□□ □□□□□ □□□□□□ □□□□□□□ (random number generators) □□ □□□□□ □□□□□ □□□□□□□□ □□□□□ □□□□□□

□□□□□□□		
□□□□□□ □□□□□□	□□□□□□□ □□□□ □□□□□□ (□□□□ □□□□□□ □□ Betting□ □□horse □□□□) □□□ □□□ □□□□ □□□□□□ □□□□ □□□□□ □□□□ □□□□ □□□□ □□ □□□□□□□□ □□□□ □□□ □□□□□□ □□ □□□ □□□□ □□ □□□□□□□ □□ □□□ □□□□□□ □□□ □□□□□□ □□□ □□ □□□□ □□□□ □□□□□□□□□ □□□□ □□□	□□□□□□□□ □□□□ □□ □□□□□□ □□□□ □□□ □□□□ □□□□□□ □□□□ □□□□ □□□ □□□□□□ □□□□□□ □□□ □□□□□□ □□□□□□ □□□ □□□□□□ □□ □□ □□□□ □□□□□□ □□□ □□□□ □□□□ □□□□□□□ □□ "□□□□□□□□ □□□" □□□ □□□□□□ □□□□□□ □□ □□□□ □□□□□□ □□□□□□□□□ □□□ □□□ □□□□ □□□□□□ □□□□□□□ □□ □□□□□□ □□□□□□□□ □□□□□□□ □□□□ □□ □□□□□ □□□□
□□□□□□□□ □□□□□□	□□□□ □□□ □□□□ □□□□ □□ □□□□□□ □□□□□□ □□□□□□ □□□□ □□□□□□ □□□□□□ □□□□□ □□ □□□ □□□□ □□□□□□□□ □□□ □□□ □□□□□□ □□□□□□□ □□□□□□ □□□□□ □□□□ □□□□ □□□□ □□□□□□□ □□□□□□□□ □□□□ □□□□□□□□ □□□□□□ □□□ (□□□□□□ □□ □□□□□□□ □□□□□) □□□ □□□□ □□□□ □□□□□□□ □□ □□□□□□ □□□□□□□□ □□□□□□□ □□□□□□ □□□□ □□□ □□□□□□	□□□□□ □□□ □□□□ □□□□ □□ □□□□□□ □□□□□□ □□□□□□ □□□□ □□□□□□ □□□□□□ □□□□□ □□ □□□ □□□□ □□□□□□□□ □□□□ □□□ □□□□□□ □□□□□□□ □□□□□□ □□□□ □□□□ □□□□ □□□□ □□□□□□□ □□□□□□□□ □□□□ □□□□□□□□ □□□□□□ □□□ (□□□□□□ □□ □□□□□□□ □□□□□) □□□ □□□□ □□□□ □□□□□□□ □□ □□□□□□ □□□□□□□□ □□□□□□□ □□□□□□ □□□□ □□□ □□□□□□	□□□□□□ □□□□□□ □□□ □□ □□□ □□□ □□□□ □□□□□□□□□ □□□□□□- □□□□□□□ □□□ □□□□□□□□ □□□□□□ □□□ □□□□□□□□□ (□□□□ □□□□□□ □□□ □□ □□ □□□ □□□□□□)□ Geschäftsverhandlungen□ □□□□□ □□□□□□□□□ □□□□□□□ □□□□□تب□□ □□ □□□□□□ □□ □□□□□□□ □□□□ □□□□□□□□ □□□□□
□□□□□ □□□□□ □□□□□ □□□□□— □□□□□ □□□□□□□□ □□□□□□ □□□□□ □□□□ □□ □□□□□□□ □□□□□□□□	□□□□□ □□□□□ □□□□ □□□□□ □□ □□□□ □□□□□ □□□□□□□ □□□□□□□ □□□□□□ □□□□ (□□□□ □□□□□□□ □□□□□ □□□□□□□ □□□□ □□ □□□□ □□ □□□□□ □□ □□□□□) □□ □□□□□□□ □□□□□ □□□□□ □□□□□ □□□□□□□ □□□□□□	□□□□□□□ □□□□□□ □□□□□ □□□□□□ □□□□□□ □□□□ □□□□□□□ □□ □□□□□ □□□□□□ □□□□□ □□□□ □□□□ □□□□□□ □□□□□□ □□□□□□□□ □□□□□ □□ □□ □□□□ □□□□□□ □□□□□□□□ □□ □□□□□ — □□□□ □□□□□ □□□□□□□ □□□□□□ □□□□ □□□□□ □□□□□□

2.2 - □□□□ □□ □□□□□□

□□□□□	□□□□□ □□□□□□□ □□□□□ □□ □□□□□□?	□□□□□□□ □□□□□□□□ □□□□□□
□□□□□□□□□□ □□□□ □□□□□□□□ □□□□□□ □□□□□ □□□□□ (□□□□ □□□□ □□□□□□□□ □□□□)□	□□□□□ □□□□□ □□□□ (□□ Betting □□□□□□□□ □□), □□□□□ □□□□□□□ □□□□ (□□□□□ □□□□ □□□□ □□□□ □□□□), □□□□□□□ □□□□□□□□ □□□□ □□ νο□□□□□□ □□□□□□□ □□□□□ □□□□ □□□□□ □□ □□□□□□□ □□□□ □□ □□□□ □□□□□ □□ □□□□□ □□□□ □□□□□ □□□□ □□□□	□□□□□□ □□□□□□ □□□□ □□ □□□□ □□□□ □□□□□ □□□□□□□□□ □□□□□□- □□□□□□□ □□□□ □□□□□□□□ □□□□□□ □□□□ □□□□□□□□□ (□□□□□ □□□□□□ □□□□ □□ □□ □□□□ □□□□□□)□ Geschäftsverhandlungen□ □□□□□ □□□□□□□□□ □□□□□□□ □□□□□تب□□ □□ □□□□□□ □□ □□□□□□□ □□□□ □□□□□□□□ □□□□□
□□□□□ □□□□□ □□□□□ □□□□□— □□□□□ □□□□□□□□ □□□□□□ □□□□□ □□□□ □□ □□□□□□□ □□□□□□□□	□□□□□ □□□□□ □□□□ □□□□□ □□ □□□□ □□□□□ □□□□□□□ □□□□□□□ □□□□□□ □□□□ (□□□□ □□□□□□□ □□□□□ □□□□□□□ □□□□ □□ □□□□ □□ □□□□□ □□ □□□□□) □□ □□□□□□□ □□□□□ □□□□□ □□□□□ □□□□□□□ □□□□□□	□□□□□□□ □□□□□□ □□□□□ □□□□□□ □□□□□□ □□□□ □□□□□□□ □□ □□□□□ □□□□□□ □□□□□ □□□□ □□□□ □□□□□□ □□□□□□ □□□□□□□□ □□□□□ □□ □□ □□□□ □□□□□□ □□□□□□□□ □□ □□□□□ — □□□□ □□□□□ □□□□□□□ □□□□□□ □□□□ □□□□□ □□□□□□

[illegible] - [illegible] Betting [illegible]	[illegible] Betting [illegible]	[illegible]

2.3 - [illegible]

[illegible] - [illegible]

- [illegible]: [illegible] Betting πλατφόρμες [illegible]-[illegible]
- [illegible]: [illegible] ([illegible]) [illegible] 500 [illegible] 500 [illegible]
- [illegible] 50[illegible]: [illegible]-[illegible]
- CBT ([illegible]) [illegible] targeting [illegible]: [illegible] compare [illegible] gambling disorder [illegible] CBT [illegible]
- [illegible]—[illegible]—[illegible]

□ □□□□□ □□□□ □□□ □□□□ □□□ □□ □□□□□ □□□□ □□□□ □□□□ □□□□ □□□□□□

* □□□□□□ □□□□□□ □□□ □□□□□ □□□□□□
* □□□□□□ □□□□ □□□□ □□□□□ □□□□ □□□□□□ □□□□□
* □□□□□ □□□□ □□□□ (□□□ □□□□□□ □□ □□□ □□□□) □□□□ □□□ □□□□
* □□□□□□ □□□□□ □□□□ □□□□□ □□□ □□□□□□□ □□□□□□□

□□□□□□ □□□□□ □□□□ □□□□ □□□□□ □□□□ □□□ □□□□ □□□ □□□□□ □□□□□□ □□□□□

* □□□ □□□ □□□□ □□□□ □□□ □□□□
* □□□□□□□ □□□□□□
* □□□□□ □□ □□□□ (□□□□ □□□□ □□ □□□ □□□ □□□□□)□
* □□□□ □□ □□□□ □□□ □□□□

□□□□□ □□□□ □□□□ shame □□□□□□ □□ □□□□ □□□□□ [findahelpline.com] □ □□□□□

□□□□□□ □□□□ □□□□□□ □□□-□□□ □□□□□□ □□□□□□ □□□□□□ □□□□□□ □□□

□ □□□□□□ - □□ □□□ □□□□□ **addictive** □□□□□□□ □□□ □□□□□ □□□□□□□ □□□ □□□□□ □□□□□ □□□□ □□□□□ □□□

□□□□□□□ □□□□□ □□□□□□□□ (Internet Gaming Disorder) □DSM-5 □□□ □□□ □□□ □□□□□□□ □□□ □□□□□□□ □□□□ □□□□ □□□□□□ □□□□□ □□□□□□□□□ □□□□□□ □□□□ □□ □□□□□ □□□□ □□□□□□□□ □□□ □□□□□□ □□□□□ □□□□ □□ □□□□□□□ □□□□□ □□□Sharon□ □□□□□ □□□□□ □□□□□ □□□ □□□□□ □□ □□□□□□ □□□□□ □□□□□□ □□ □□□□□□□□ □□□□□□□ □□□□□ □□□□ □□□□□ □□□□ □□□□□□□ □□□□ □□□□□ □□ □□□□ □□□□ □□ □□□□ □□□□□ □ verändert□

3.1 - □□□□ □□□□□ □□□□□ □□□□□

□□□ □□□□□	□□□□ □□□□□	□□□ □□ □□□□□?

□□□ □□□ / □□□□□□□ □□□□□	□□□□□□□ □□□ □□□□□ □□□□□□ □□□□□□□□ □□□□□□□□□ □□□□□□ □□□□□□□ □□ □□□□□□ □□□□□□ □□□ □□□□□□ □□□□□□ □□□ □□□□□□ □□□□□□ □□ □□□ □□□□□□ □□□□□□ □□□ □□□□□ □□□ □□□ □□□□□ □□□□□□□ □□□□□□ "تقريبًا حصلت" □□□ □□□□□ □□□□□□ □□ □□□□□□ □□□□□□ □□□□□□□□	□□□□□□□□□ □□□□□□ "□□□ □□□□□ □□" □□□□□ □□□□□□□ □□□□□□ □□□□□ □□□□□□ □□ □□□ □□□□□□□ □□□□□□□ □□□ □□□ □□□□□□□ □□□ □□□□□□ □□ □□□□□□ □□□□□□□ □□□ □□□□□ □□□□□□ □□□ □□divertissement □□□□□□□ □□□ □□□ □□□□□□ "□□□ □□□□" □□ □□□	
□□□□□□□□□ □□□□□□ □□□□□□	□□□□□□ □□□□□□ □□□□□ □□ □□□□□□ □□□□□□ □□□ □□□□□ □□ □□□□□□□ □□□□□□□□ □□□□□□□ □□□□□□ □□□□□□□ □□□□□□□□ "□□□ □□ □□□□□□□ □□□□"□ "□□□□□□ □□□□ □□□□□□ □□"□ "□□□□□ □□□□□□ □□ □□□□" - □□□□□□□□□ □□ □□□□□□□ □□ □□□□□□ □□□□ □□□□ □□□□□□ □□□□□ □□□□	□□□□□□□□□□ □□□□ □□□□□ □□□□□□ □□□□□□□ □□□□ □□□□□ □□□□ □□□□□ □□□□□ □□□□□ □□□□□ □□ □□□□ □□□□□□□ □□□□ □□□□□ □□ □□□□□□ □□□□□□□ □□□□□□ □□□□□□□ □□□□□ □□□□ (□□□□□□□ □□□□□) □□□□ □□□□ □□□□ □□□□□□ □□□□□□ □□□□□	
□□□□□□ □□□□□□	□□□□ □□□□□□ □□□□□□□ □□□□□□ □□□□□□ □□ □□□□□□ □□□□□□ - □□□□□ □□□□ □□□□□□ □ rewarding □□□□□ □□□□□□ □□□□□□ □□□□□□ □□□□□□ □□□□□ □□ □□□□□□ □ rewarding □□□□□□□ □□□□□□ □□□□ □□□□□□ □□□□□□ □□□□□□□□ □□□□□□ □□□□□□□	□□□□□□ □□□□ □□ □□□□□□ □□ □□ □□□□ □□□□□ □□□□□ □□□□ □□ □□□□□□ □□□□ □□□□□ □□□□□ □□ □□□□ □□□□□ □□□□□ □□□□□□□□ □□□□□ □□□□ □□□□□□ "□□□□ □□ □□ □□ □□□□□□□" □□□□□ □□□□□□□ (sunk cost fallacy) □□ "تقريبا □□□□□□" □□□□□ □□□□ (near-completion effect) □□□□□□ □□□□□□	
□□□□ □□□□□□□□□	□□□□□□ □□□□□□ □□□□□□ □□□□□ □□ □□□□ □□□□□ □□□□ □□□□□ □□□□□□□ □□□□□□ □□□□□□□ □□□□ □□□□ □□ □□□□□□ □□□□□□ □□ □□□□□□ □□□□□ □□□□□ □□ □□□□□□ □□□□□□□ □□□□ □□□□□□ □□□□□ □□ □□□□ rewarding □□□□□□ □□□□ □□□□□□ □□□□□ □□□□□□ □□□□ □□□□□□□ □□ □□□□□ □□□□	□□□□□ □□□□□□ □□□□□□ □□□□ □□□□□ □□ □□□□□□ □□□□□□ □□□□□□ - □□□□ □□ □□□□□ □□□□□ □□□□□□ □□□□□□ □□□□□□□□□ (□□ □ □□□□ □□□□ □□□□ □□□□ □□□□□) □□ □□□□□□ □□□□□□ □□□□□□ □□□□□□ □□□□□□□ □□□□□ □□□□ □□□□□□ □□□□□ □□□□□ □□□□□□□□ □□ □□□□□□ □□□□□ □□□□□ □□□□□ □□□□□ threatening□ □□□□ □□□□□ □□ □□□□□ □□□□□□ □□□□□ □□□□□□ □□ □□□□□□ □□□□□ □□□□□ □□□□□□	

3.2 - □□□□□ □□□□ □□□□□

□□ □□□□□ □□□□□□ □□□□□□ □□□□ □□□□□□ □□□□□ □□□□□□□ "□□" □□□□□□□ □□□□ □□□□ □□□□ "□□" □□□□□□ □□□□ □□ □□□□□□□□ Csikszentmihalyi □□□□□□□ "□□" □□□□ □□□□ □□ □□□□ □□□□ □□ □□□□□ □□□□□□ □□□□□□□ □□□□□ □□□□□ □□□□ □□□□□□ □□□□ □□ □□□□□□ □□ □□ □□□□ □□□□-□□□□ □□□□ □□□□ □□□□□ □□□□□□ □□□□□ □□□□□□ □□□□□□□ □□ □□□□□□□□□ □□□□□ □□□□□□ □□□□□□□ □□□□□ □□□□ "□□"□ □□□□□□ □□□□□□ "□□"□ □□□□ □□□□□□□ □□□□□□□

' □□□□□□□ □□□□□ □□□□□ □□□□□ □□□□□ □□□□□ □□□□□ □□□□□ □□□□□ □□□□□□ □□□□□ □□□□ □□□□ □□ □□□□□ □□□□ □□□□□□□□ □□□□□ □□□□□□□ □□□□ □□□□□□□ □□□□□ □□ □screen □□ □□□□ □□□□ □□□□ □□ □□□□ □□ □□□□□—

' [illegible] ວນ [illegible]

[illegible] - [illegible] **"flow" (**[illegible]**)** [illegible] **-** [illegible] **"flow"** [illegible]

3.3 - [illegible]

- [illegible]-[illegible]: [illegible] (X [illegible]) [illegible] fundamentally [illegible]-[illegible] divertissements [illegible]
- [illegible]: Screen Time (iOS), Digital Wellbeing (Android), Cold Turkey [illegible] Freedom.to - [illegible] ([illegible]) [illegible] "[illegible]" [illegible] - [illegible]
- [illegible]: [illegible] 8 [illegible]
- [illegible]: [illegible] spielen [illegible] "[illegible] 7 [illegible] 10 [illegible]" [illegible]
- [illegible] ([illegible]) [illegible] (RTS) [illegible]
  [illegible] (FPS) [illegible] athletic [illegible]
  [illegible] (RPG) [illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible] - [illegible] **саме** [illegible]

[illegible] invisible [illegible] Kijk [illegible]

4.1 - [illegible]

[illegible]	[illegible]

[illegible] -- [illegible] [illegible]
Відповідь:
``python
def solve():
    n = int(input())
    a = list(map(int, input().split()))
 	
    if n == 1:
        print(0)
        return
 	
    max_val = max(a)
    min_val = min(a)
 	
    if max_val == min_val:
        print(0)
        return
 	
    print(max_val - min_val)
 	
solve()
``
	[illegible]

4.2 - "□□□□□□ □" □□□□ - □□□□ □□ □□□□□ □□□□□

□"□□□□□ □□" □□□□□ □□□□□□ □□□□□□ □□ □□□□□ □ repeated □□ □□□ □□□ □□□ □□ □□□ □□□□ □□□□ □□□□ □□□ □□□ □□□ □□ □□□ □□□□□□ □□□□□ □□□ □□□□□□ □□□ □□□□ □□□□□ □□□□□ □□□ □□□ □□□□□ □□□ □□□□□□ □□□□□□ □□□□□□□ □□□□□□ □□□□□ □□□□ "□□□" □□□□□ □□□□□□ □□ □□□ □□ □□□□ □□ □□□□ □□□□□□ □□□ □□□ □□□ □□□□□□ □□□□□ □□□□□ □□□ □□ □□□□□□

□□□□□ □□□□□ □□□ □□□□ □□□□□□□ □□□ □□□□□ □□□□ □□□□□□ □□□□□ □□□□ □□□ □□□□□- □□□ □ □ □□ □□ □□□□□ □□□□□ □□□□□ □□□□□□□ □□□□□ □□□ □□□□ □□□□ □□ □□□□ □□□□ □□□□□□ □□□□ □□□□□ □□□□ □□□ □□□ □□□ □□□□□ □□□□□ □□□□ □□□□ □□□□□□□□ □□□□□□ □□□□□□ □□□□□□ □□□□□□ □□□□ □□ □□□□□□ □□ □□□□ □□ □□□□□□ □□□□□□ □□□□□

4.3 - □□□□□□□/□□□ □□□□ □□□□□□

- □□□□ □□□□□ □□□ □□□□□ □□□□□□□ □□□□□ □□□□□□□ □□□□□□□ □□□□□□ □□□□ □□□□□□□ □□□ □□□□□ □□ □□□□□ 2.99 □□ □□□□ □□□ □□ □□□□ □□□□□□ □□□ □□□ □□□ □□□ □□□ □□□□□ □□□□□□□ □□□ □□□ "□□-□□□□□" □□□□ □□□□ □□□□□ □□□□ □□□□ □□□-□□□ □□□□ □□□□ □□□□□□ □□□□□□□
- □20 □□□ □□□ □□□□□ □□□ □□□ □□□□ □□□ □□□ □□□□□ □□□ обов'язково 20 □□□ □□□□ □□ □□□ □□□□ □□□ □□□□□ □□ □□□□ □□ □□□ □□□□ □□□□□□ □□□□ □□□□□□□□□ □□□□□□□ □□□ □□□□ □□ □□□ □□ □□□□ □□ □□□□□ □□□□ □□□□ □□□□ □□□□ □□□□□□ □□□□□ □□□□□□ □□□ □□□□□ (autoplay) □□□□ □□□□ □□□ □□□□□ □□□ □□□
- □□□□ □□□ □□□ □□□ □□□□ □□ □□□□□□ □□□□□ □□□□□□ □□□□□□ □□□□□□ □□□□ □□-□□□□ □□□□□ □□ □□□ □□□ □□□□ □□□□□□□ □□□ □□□□□ □□□ □□, □□□□□ □□□ □□□ □□□□ □□□□□ □□□□□ □□□ □□□ □□□□ □□ □□□□ □□□□ □□□□□□ □□□□□□ □□□□□ □□□□ □□□□ □□□□□□ □□□ □□□ □□□ □□ □□□□ □□□ □□□□□□ □□□□□□ □□□□ □□□□□□ □□□ □□□□ □□□□□□ □□□ □□□□□
- □EDIA □□□□ □□ □□□ □□□□ □□□□ □□□□□: □□□□□□ □□□ □□□ □□□□ □□□ □□□□ □□□ □□□ □□□□ □□□□□□ □□ □□□□□ □□□ □□□□□□ □□ □□□□□ - □□□□□□ □□□□ □□□□□ □□ □□□ □□□□□□ □□□ □□□ □□ □□□□□□□□ □□□ □□□ □□□□ □□EDIA □□□□□ 5 □□□□ □□□□ □□□ □□ □□□ □□□□□ □□□ □□ □□□□□ □□□ □□□□□ □□□□ □□□ □□□□ □□□□□ □□□□ □□□□ □□□□ □□□
- □□□□□ □□ active □□□□ □□□□□□□ □□□□ □□□□□□ □□ □□□□□□□ □□□ □□□□ □□□ συγκεκριμένο □□□ □□□□□ □□ □□□□ ('□□ σκηνή □□ δομή έχει,' '□□ χαρακτήρας □□□□ зміни□□,' '□□□ □□ □□□□□ □□гумент □□□□ □□'). ενεργός παρακολούθηση πραγματική μάθηση και γνώση της τέχνης από την παρακολούθηση εξάγει. □□□ □□□□ □σωματικό αίσθημα ακόμα passive □□□ □□□ □□□□□□ active □□□

□ □□□□ □□ □□□□□ □□□ □□□

□□□□□ □□□□□□□ □□ □□□□ □□ □□□ □□ □□□□ □□□□

□□□ - □□□ □□□ □□□ □□□□ □□ □□□ □□□ □□□□ □□□□□□ □□ □□□□ □□□ □□ □□□□ □□□

□□□□□ □□□□ □□□□ □□□ □□□ □□ - □□□ □ □□□ radio □□□□□ □□□□□□□ □□□ □□ □□□□□ □□□□□□□ □□ □□□□ □□□□□ □□□□□ - □□□□□ □□□ □□□□□□□□ □□مت □□□□□ □□□ □□□ □□□ □□□□□ □□□□□□ □□□□□□ □□□□□ □□□□□□ □□مت □□□ □□□□ □□□□ □□□

□□ □□□□□ □□ □□□ □□□□□□ □□□□□ □□□ □□□□□ □□□ □□□ □□□□ □□□□□ □□□ □□□□□□□ □□□□□□□□ □□□□□□□ □□ □□□□□ □□□□□□□□ □□□□□□□ □□□□ □□□ □□□ □□□□□ □□□□□□□□ □□□ - □□ □□ □□□□ □□□□□ □□ □□□□ □□□□□ □□□□□ □□□□□ □□□ □□□ □□ □□ □□□ □□□□ □□□□ □□ □□□□□□□ □□□□□□ □radиція □□□□ □□□ □□□□□ □□□ □□□□□ □□□□ □□ □□□ □□□□□ □□□□ □радиції□□ □□□□□□□□□ □□□ □□□□□□ □□□ □□□

□□□□ □□□□ □□ □□□□ □□□	□□ □□□□□□□?	□□□□□
□□□□□□□ □□□□ □□□ □□□□ □□□□ □□□□ □□□ □□□ □□□□□□ □□□□□□ □□□□□□□ □□□□□□ - □□□ □□□□□ □□□ □□□□□□□ □□□□ (□□□□ □□□□□ □□□□□ □□□□□ □□ □□□□) □□□□□□ □□□	□□□□ □□□ □□□□□ □□□□□ (default mode network) □□□□□□□ □□□□ □□□□□ □□□ □□□□ □□□□□ □□□ □□□ □□□□□□□ □□□□ □□□□ □□ □□□ □□□ □□□□ □□□□□□ □□□□□□ □□□ □□ □□□□□□ саме □□□ □□□ □□□□□□□	□□مت □□□□ □□□□□ □□□□□□□ □□□□ □□□□□ □□□□□□□□ □□ 5 □□□ □□□ □□□□ (□□□□□ □□□ □□□□ □□□□□ □□□ □□□ □□□ □□□□□□). □□□□□□ □□□□ □□ □□□□□ □□□□□ □□ □□□□□□ □□□ □□□ □□□□ □□□□□□ □□□ □□□□ □□ □□□ □□□□□□□□ □□□ □□□ □□□□□□ □□□□ □□□
□□□□ □□ □□ □□□□□□ □□□ □□□ □□□ □□□□ □□□□ □□□ □□□□□□ □□□□ □□□□ □□□□□ □□□□□	□□□□ □□□□ □□□□□□□ □□□□□ □□□□□□□ □□□ □□□□□□ □□ □□ □□□□□□□□□□ □□ □□□□□□ □□□ □□□□□□ □□□ □□□ □□□□□□□□ □□□ □□□□ □□□□□□□ □□□□□ □□□□ □□□□□□□ □□□□□ □□□ □□□□ □□□□□ □□□ □□ □□□	□□□□□□ □□□□□ □□□: □15 □□□□□ □□□ □□□□ □□□ □□□□□□ □□□ (□□ □□□□ □□□□□□ □□□ □□ □□ □□□) □□□□□ □□□ □□□□□□ □□□□□ □□□ □□□□ □□□□ □□□□ □□□□ □□□□□ □□□□ □□□ □□□□ □□□□

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible] - [illegible]

[illegible] "[illegible]" [illegible]

[illegible] proprioceptive [illegible]—[illegible] muscle[illegible] rhythm[illegible] fatigu fatigue [illegible]— [illegible]

6.1 - [illegible]?

[illegible]?	[illegible]?	[illegible] (cancer) [illegible]
[illegible] muscle [illegible]	[illegible] feedback [illegible] (BPM) [illegible]	[illegible] - [illegible]

	[illegible]	
[illegible] uncomfortable [illegible] muscle burning [illegible] discomfort [illegible] perceived exertion-[illegible]	[illegible]	[illegible] PRESSURE [illegible]
[illegible] nη [illegible]	[illegible]	[illegible] ([illegible]) [illegible]

6.2 - [illegible]?

[illegible]? [illegible] "[illegible]" [illegible]

[illegible]

[illegible]	[illegible] (Recovery Kernel) [illegible] (Naloxone) COMT DRD2 MTHFR [illegible] (Blueprint) findahelpline.com
[illegible] [illegible] BPM ([illegible] minute [illegible]) [illegible]	[illegible] [illegible] - [illegible]

[illegible]	[illegible]
[illegible]	[illegible]
[illegible]	[illegible]

6.3 - [illegible]

[illegible]

1. [illegible]
2. [illegible] - [illegible] Minuten [illegible]
3. [illegible]: [illegible] [illegible]
   * "[illegible]"
   * "[illegible]فس [illegible] - [illegible]"
   * "[illegible] RPE 7 [illegible]"
   [illegible]
4. [illegible]8-12 [illegible]
5. [illegible] [illegible]50% [illegible] - [illegible]

[illegible] 7 - [illegible]: [illegible]

[illegible] - [illegible]

[illegible]/[illegible] - [illegible]

[illegible]	[illegible]	[illegible]
[illegible]	[illegible]—[illegible]variable ratio [illegible]	[illegible] Spaß [illegible]
[illegible]	[illegible] ([illegible])[illegible]structured [illegible]	[illegible] συγκεκριμένο [illegible] συγκεκριμένο [illegible]
[illegible]	[illegible] 24 [illegible] - [illegible].	[illegible]planned [illegible] - [illegible]
[illegible]	[illegible] - [illegible]	[illegible] bleeding [illegible]-[illegible] επιχει Geschäftsführer [illegible]

[illegible]	[illegible] [illegible] [illegible]

	□□□□ □□□□□ □□□□□□	□□□ □□□□□ □□□
□□□□□ □□□ □□□	□□□□□ □□□□□□□□□ □□□□□ □□□□ □□□□□□ □□□□□□ □□□ □□□□ □□□ □□□□□ □□□□□□ □□□□□□□ □□□□□ (□□□) □□□□□ □□□ □□ □□ □□□□□□ □□□□□ □□ □□□□ □□□□□□ (геймпад) □□□□ □□ □□ □□□ □□□ □□□ □□□□□ □□□□ □□□ □□□□□□ □□□ □□□□ □□□□ □□ □□□ □□□□□□ □□□□□	□□□ □□□□ □□□□ □□□□ □□□□ □□□□□ □□□□□□ □□□□□□ □□ □□□ □□□□□ □□□ □□□ □□□ □□□□ □□□□□ □□□□ □□□ □□□ □□□□□□ □□□□ □□□□□□ □□□ □□ □□□□□ □□□ □□□□□□ □□□□ □□□□ □□ □□□ □□ □□□□ □□□□□□ □□□□ □□□□□□□□ □□ □□□□ □□□ □□□□□ □□□□□ □□□ □□□□ □□□

[illegible]

[illegible] (CENTURION) - [illegible] **-** [illegible]

[illegible] (DRD2 A1, COMT Val/Val, MTHFR homozyous) [illegible] rewarding [illegible]

[illegible] - [illegible] - [illegible]

[illegible]

[illegible] ADDICTIVE [illegible]

*** [illegible]**
*** [illegible] ADDICTED [illegible]**
*** [illegible]/[illegible]**

[[illegible]]

[illegible]?

[illegible]

[illegible]?

[illegible]

[illegible]

[illegible]**getActivity**[illegible]**зм**[illegible]